



SPROŠČUTOČA KOPEL

DIY enostaven recept

SESTAVINE

- 820 g epsom soli
- 410 g morske soli ali Himalajske soli
- 130 g sode bikarbone
- do 20 kapljic eteričnega olja po vaši izbiri (npr. sivka, vrtnica, evkaliptus)
- 3 žlice posušenih rožnih cvetov (po želji)

POSTOPEK

1. V večji posodi zmešajte epsom sol, morsko sol in sodo bikarbono.
2. Dodajte eterično olje in dobro premešajte, da se vonj enakomerno porazdeli. Po želji lahko dodate rožne liste.
3. Pripravljeno sol hranite v steklenih posodah na hladnem in suhem mestu do 6 mesecev.

[→ www.zajfarnica.si

NOTES

Priporočena količina za uporabo solne kopeli je približno polovica skodelice do ene polne skodelice na kopel, kar je približno 140 do 270 g mešanice, odvisno od velikosti kadi.